

京都府三地域の豆といもの利用状況について

河野 篤子, 四方 幸子¹⁾, 米田 泰子²⁾

Preparation and Consumption of Beans and Potatoes in Kyoto Prefecture

Atsuko Kohno, Sachiko Shikata and Yasuko Yoneda

A survey on cooking styles and consumption of beans and potatoes was conducted in three regions of Kyoto Prefecture using the questionnaire. The results are summarized as follows.

(1) Soy bean products are most frequently used (60% of total use).

The order of frequency was, soy bean products > soy beans > green peas > azuki beans > string beans (sayaingen) > green soy beans (edamame) > snow peas (sayaendo).

(2) Regional characteristics of consumption of beans and their products were observed. Yuba was used more often in southern and central regions than in northern region. Soy beans were used more often in northern region, for home-made miso, soy sauce and tofu.

(3) Potato product konnyaku was most frequently used (one-third of total potato consumption). The order of frequency was, potato products > potatoes > sweet potatoes > taro (satoimo).

(4) When dishes were classified with cooking styles, the order of frequency was, simmered > cooked with rice > soup for beans and simmered > soup > fried > baked for potatoes.

(5) Western style dishes were made in soup, baked, and fried cooking. This trend was observed more often in southern and central regions than in northern region.

(6) Preparing special dishes for the rituals was observed in all regions. However, those dishes were also consumed in ordinary days, making it difficult to distinguish special dishes for the rituals from ordinary dishes.

I. 緒 言

豆, いもは日本各地で古くから栽培されており, 主食や副食, 間食などに幅広く利用されてきた。それぞれの地域の自然環境や生活環境に適した利用法が伝承されているが, 時代とともに変化している。

京都は北は日本海に面し, 南は大阪府, 三重県, 奈良県, 滋賀県に接した細長い地域である (図 1)。そのため, 気候も南部は瀬戸内気候, 中央部は内陸性盆地気候, 北部は日本海気候と地域により気候も異なっている¹⁾。そこで豆, いもの利用状況にも地域性があると考え, 南部地域は専業農家は少ないが豆, いも, 野菜などを時給している家庭の多い京田辺市, 中央部は寺院の多い市街地で食材の全てを購

入している京都市下京区, 北部地域は北を日本海に, 三方を山に囲まれた比較的温暖な気候で農業を中心とした久美浜町の 3 地域を取りあげて, 現在の豆, いも利用状況を把握し, 各地域の特色を比較した。

II. 方 法

1. 調査対象

平成 13 年 8 月～9 月にかけて京都府の京田辺市 (以下南部とする), 京都市 (以下中部とする), 久美浜町 (以下北部とする) の 3 地域について, 各地域につき 10 世帯の 30 代～80 代の調理担当者を対象とし, 豆といもの利用状況について聞き取り調査をおこなった。

2. 調査内容

平成 13・14 年度日本調理科学科会特別研究『調理文化の地域性と調理科学』の報告書で用いた調査票²⁾を利用した。調査項目は食材名, 入手法, 調理法, 食事での位置付け (主食, 主菜, 副菜, 間食),

京都女子大学家政学部食物栄養学科調理学第二研究室

1) 京都文教短期大学

2) 京都ノートルダム女子大学



図1 京都府における3地域の位置

行事との関連性、食べる期間などである。さらに料理法を生、汁、焼く、揚げる、蒸す、煮る、和える、飯・めん、漬け物、炒める、その他に分類し³⁾、検討した。豆、いも類の食材の分類、名称および記載の順序は五訂食品成分表⁴⁾に従った。

3. 各地域の概要²⁾

南部は、奈良県、大阪府と接している地域である。現在は兼業農家を含めて、農家は全体の約6%程度であるが、農作物を自給自足している家庭も含めると農作物の生産を行っている家庭は14%程度である。また、百円農家がいたる所に存在し、日常の食材を購入することができる。

中部は、京都市の中央部に位置し、西寺町という地名が残っており、寺院の多い地域である。しかし、住宅の高層ビル化が進んでいる。食材の購入は、スーパー、デパートの地下、商店街などと、近郊農家よりトラックなどで売りに来る「おまわり」を利用する。それ以外は近隣からのいただきものである。また、正月、盆、節句には、季節の区切りとして行事食を作ることが多い。

北部は、京都府の西北端に位置し、北側を除き周囲は山で囲まれた地域である。北側は日本海に接しているが、対島暖流の影響を受けて温暖な気候である。町内を流れる河川に沿って体積平野が発達し、農業を中心とした集落が多い。調査した世帯も農家が多く、米、野菜類はたいてい自家製であり、農家以外の世帯でも近隣の農家からのいただき物が多

い。購入する食材は大豆製品、肉、魚、卵および調味料などである。豆腐、こんにゃく、味噌、醤油などは現在も手作りをしている世帯があった。

III. 結果および考察

1. 対象者について

調査対象者の平均年齢は58.9歳、家族数は4.3人であった。世代数は3世代が最も多く16世帯、2世代が8世帯、1世代が6世帯であった。調査世帯が農家や代々続いている寺が多かったため、3世代の家庭が大半を占めていた。

2. 豆類について

1) 豆類の利用状況

豆類の利用状況は、表1に示した。全体では、大豆製品が全体の約6割を占めていた。次いでだいず、グリンピース、あずき、さやいんげん、えだまめ、さやえんどうの順が多かった。大豆製品以外の豆類では、北部でだいず、そらまめの利用が他の地域に比較すると多かった。大豆製品は、どの地域でも豆腐、揚げの使用が大半を占め、凍り豆腐、湯葉、きな粉などが比較的良好に使用されていた。湯葉の利用は、南部、北部に比較すると、中部が多かった。

調理法別にみると(表2)、全体では煮物が最も多く、めし・めん、汁ものと続いていた。和えもの、焼きもの、揚げものといった調理法は少なかった。蒸しものはほとんど利用されていなかった。地域による差は認められず、どの地域においても同様の傾向を示した。煮物についてみると(図2)、最も多く用いられている豆類は豆腐、油揚げであった。豆腐は、湯豆腐のように単独であったり、おでんやすき焼きなどに入れて他の材料とともに利用されていた。油揚げはひじきのような乾物、野菜などと煮て利用されていた。凍り豆腐は、単独で煮たり、グリンピースなどと卵とじや料理のあしらいにすることが多かった。おからは、野菜類、油あげとともに煮て利用されていた。だいずは、日常では黄大豆を昆布やひじきなどと煮ることが多く、黒大豆は正月のような行事に利用されていた。いんげんまめやべにばないんげんなどの利用は低かった。いんげんまめの利用は中部に比較すると、南部、北部でやや多くみられた。さやえんどう、えだまめなどのさやや未熟豆を利用する豆類では、調理法別では煮物に分類されているが、さやえんどうはゆでたものを料理のあしらいに利用したり、えだまめは塩ゆでにして利用されていた。

めし・めんについて図3に示した。すし、味つけ

表 1 豆類の地域別利用状況

食材名	(件数)			
	南部	中部	北部	合計
あずき	23	28	35	86
あずき製品 あん	5	5	14	24
いんげんまめ	3	10	8	21
えんどう	5	0	1	6
ささげ	1	2	0	3
そらまめ	1	1	18	20
だいず	31	24	49	104
大豆製品				
きな粉	4	16	20	40
豆腐	89	84	83	256
生揚げ	0	10	10	20
油揚げ	91	63	49	203
がんもどき	3	6	11	20
凍り豆腐	20	27	24	71
糸引き納豆	5	9	8	22
おから	11	12	14	37
豆乳	0	0	1	1
湯葉	4	39	1	44
べにばないんげん	2	0	1	3
いんげんまめ (さや)	22	25	25	72
えだまめ	21	10	18	49
さやえんどう	6	14	21	41
スナップえんどう	1	1	2	4
グリーンピース	16	32	39	87
じゅうろくささげ	2	1	0	3
そらまめ (未熟)	4	7	10	21
その他の豆製品	0	10	1	11
合計	370	436	463	1269

飯、どんぶり、赤飯、カレーライス、めん類などは、3 地域に共通してみられた。飯・めん利用される豆類で多いものは大豆製品のうち油あげ、凍り豆腐で、味つけ飯、ばらずしなどの具として利用されていた。また、塩味飯にはグリーンピース、えだまめ、あずき、だいずなどが利用されていた。特にグリーンピース、えだまめの利用は春から夏にかけて多く、季節性がみられる料理であった。しかし、農家のように自家で栽培をしている場合には、収穫が多いと冷凍して一年中利用していた。中部では小豆がゆがみられた。北部では、そらまめを用いた茶がゆがみられた。

汁ものは、大豆製品では豆腐、油揚げが多かった。だいずそのものを用いた汁ものとして呉汁が数例みられた(図4)。

2) 菓子への利用

菓子里に利用される豆類は、あずきが最も多く、次いできな粉であった。料理名ではおはぎ、ぜんざい、団子が多かった。それ以外にあずきやきな粉を利用

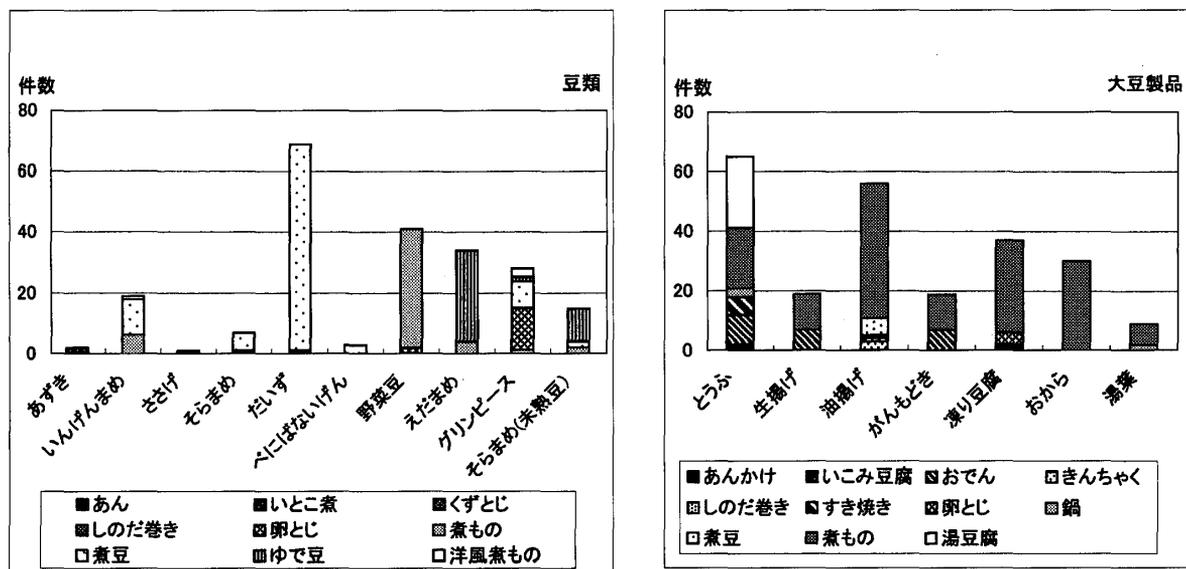
する菓子類では、みなづき、ようかん、きな粉牛乳などがあげられる。あずき、きな粉以外の豆類を利用する料理では、おからクッキー、黒大豆入りのかきもちなどがみられた。現在では、市販品がいつでも手にはいるようになり、菓子類を家庭で手作りする機会は減少している。

3) 行事食について

行事に利用する調理法は、煮もの、めし・めん、菓子類が多かった。また、利用する豆類は、あずき、だいず、大豆製品ではきな粉、凍り豆腐であった。この豆類のなかで、行事のみに利用するものはなく、日常、行事どちらにも利用されていた。よく行われる行事についてみると、正月、彼岸、盆、祭り、法事などであった。食材別にみると、あずきは、彼岸のおはぎや正月のぜんざい、あずきがゆ、慶事の赤飯に利用されていた。今回の調査では、これらの料理も行事には作られるが、食べたいときに作るまたは購入するという回答もあり、日常の間食などとしても利用されていた。だいずは煮豆が最も多く、行

表 2 地域別豆類の調理法分類

調理法	(件数)			
	南部	中部	北部	合計
生もの	14	35	20	69
汁もの	42	42	72	156
焼きもの	12	21	9	42
揚げもの	3	22	5	30
蒸しもの	0	0	1	1
煮もの	170	166	154	490
和えもの	29	23	31	83
めし・めん	54	62	77	193
炒めもの	18	17	5	40
菓子類	23	43	53	119
その他	5	5	36	46
合計	370	436	463	1269



野菜豆：さやいんげん，さやえんどうなど
さやを利用する豆類

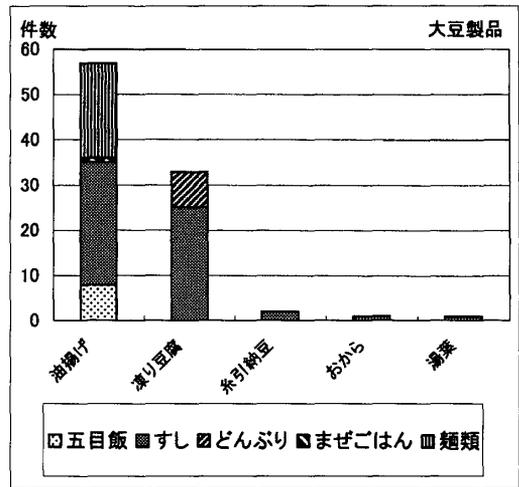
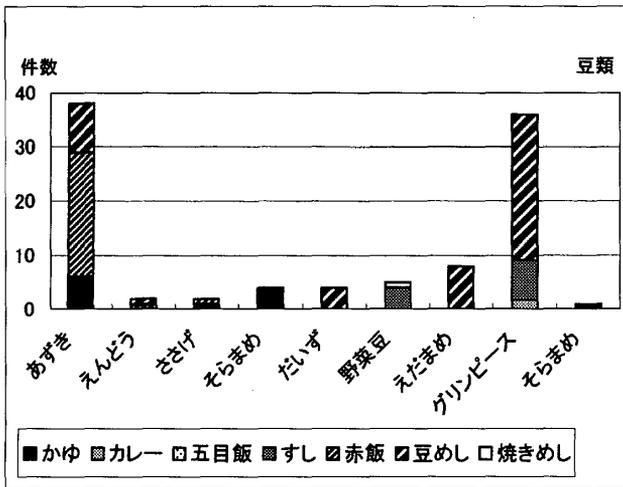
図 2 豆類の煮ものへの利用

事名は正月であったため黒大豆の煮ものと推察できる。黒大豆は以前は正月料理であり，他の時期にはほとんど食卓にのぼらなかったが，現在では市販品もあり，日常にも利用されていた。きな粉は正月の餅，おはぎ，盆の団子に利用されていた。凍り豆腐は祭り，慶事にばらさしの具として利用されていた。豆腐や油揚げなどは白あえ，煮ものとして，法事によく作られる料理であったが，現在では，法事の料理を家庭で作ることはほとんどなく，仕出しでまかなうことが多くなっている。年中行事の行事食として料理は作られるが，日常と行事の区切りは明らかではなくなっている。

3. いも類について

1) いも類の利用状況

いも類の利用状況を表 3 に示した。いも類の加工品であるこんにやくが全体の 1/3 を占め最も多く，次いでじゃがいも，さつまいも，さといも，ながいもの順であった。南部では，こんにやくの利用が，北部ではさつまいもの利用がやや多くみられたが地域による大きな差はみられなかった。調理法別にみると(表 4)，煮もの，汁もの，揚げもの，焼きもの順に多かった。煮物についてみると(図 5)，最も多く利用されているいも類はこんにやく，次いでじゃがいも，さといもの順であった。こんにやくは



野菜豆：さやいんげん，さやえんどうなど
さやを利用する豆類

図 3 豆類のめし・めんへの利用

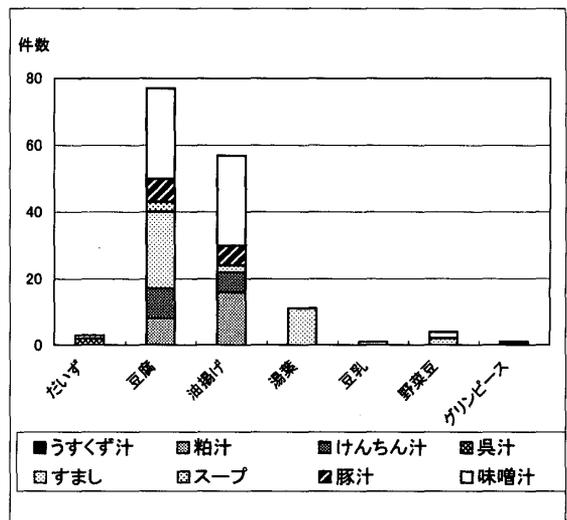
おでんや鍋物に多く使用されていたが，南部では田楽などにも利用されていた。じゃがいもの最も多い利用法はどの地域でも肉じゃがであった。さといもは単独の煮ものか，他の材料と煮るかが明らかではないが，中部では，棒だらと煮る「いもぼう」が数例みられた。

汁ものでは（図 6），かす汁，豚汁のように具の多い汁に色々ないも類が使われていた。最も多く利用されているいも類は，さといもであり，次いでじゃがいも，こんにやくであった。ながいもは，南部と北部ではとろろ汁に使用されていた。揚げ物では（図 7），さつまいも，じゃがいもが多かった。さつまいもは，天ぷらが多かったが，じゃがいもではコロッケ，フライドポテトなど洋風の料理が多くみられた。焼き物では（図 8），さつまいもの使用が多かったが，お好み焼きのつなぎにながいもなど利用する家庭が各地域でみられた。また，ながいもを蒸し焼きにする家庭も中部，北部などでみられた。じゃがいもは，和えものでは，ポテトサラダ，飯・めんではカレーライスなど洋風の料理が多かった。

ずいきは，里芋の葉柄であり，さといもの収穫までの短期間であるが各地域で利用されていた。ずいきの酢の物，和えものは一般的な家庭料理としてよく作られていた。

2) 菓子類への利用

菓子に利用されるいも類は，さつまいもが主体であり大学芋，芋ようかん，スイートポテト，いも納豆などがあった。地域による特徴はみられず，どの地域でも同様であった。さつまいもの加工品として，



野菜豆：さやいんげん，さやえんどうなど
さやを利用する豆類

図 4 豆類の汁ものへの利用

干しいもも利用されていた。地域によっては「いもするめ」という名称で呼ばれていた。

3) 行事食

行事に利用される調理法としては，汁もの，蒸し物，煮もの，和えものであった。利用するいも類はこんにやく，さといも，さつまいも，ずいきなどであった。これらのいも類を用いる行事は，正月，盆，法事，月見などであった。正月に用いられるいも類はこんにやく，さといも，さつまいもなどで，主におせち料理の煮もの，きんとんや雑煮であった。雑煮に入れるいも類はさといもであるが，中部，南部

表3 いも類の地域別利用状況

食材名	(件数)			
	南部	中部	北部	合計
こんにやく	83	43	69	195
しらたき	18	19	10	47
さつまいも	37	45	55	137
さといも	33	35	48	116
じゃがいも	42	80	60	182
いちょういも	0	0	3	3
ながいも	19	38	17	74
やまといも	0	17	9	26
じねんじょ	0	1	7	8
だいじょ	0	0	3	3
むかご	0	1	1	2
合計	252	279	301	832

表4 地域別いも類の調理法分類

調理法	(件数)			
	南部	中部	北部	合計
生もの	8	25	16	49
汁もの	46	36	82	164
焼きもの	18	33	16	67
揚げもの	15	34	21	70
蒸しもの	9	6	6	21
煮もの	90	88	74	252
和えもの	36	24	31	91
めし・めん	12	15	33	60
炒めもの	13	16	14	43
菓子類	3	2	3	8
その他	2	0	5	7
合計	252	279	301	832

では、親いも（かしらいも）が多く使われていた。盆や法事にはずいきやこんにやくなどの和えものが作られていた。これらの料理は日常でもよく利用される料理であり、行事のみに作るという家庭は少ない。また、月見にさといもを供える家庭もあった。いも類の場合には、行事のみに作る料理として正月の雑煮があり、さといもがよく利用されていた。

4. 地域の特徴

京都南部は農家も多く、購入するだけでなく自家製の食材も多くみられた。食材として豆類では豆製品の油揚げ、凍り豆腐、おからなどの使用が多く、次いでえだまめ、グリーンピース、だいず、あずきなどの順であったが、みそなどを家庭で作ることが少なくなっているため、だいずの利用は減少している¹⁾。油揚げの利用は多く、野菜類、乾物類の煮も

のなどにじゃことともうま味を増す材料として利用されていた。料理名に「おからのたいたん」、「ひじきのたいたん」といったような煮物をあらわす京ことばがみられたり、京菜とくじらのなべである「はりはり鍋」もみられた¹⁾。現在はくじらは高価であり油揚げで代用していた。また、中部ほど多種類ではないがだいずを使った料理は煮豆だけではなく、洋風スープやシチューなどの洋風の料理名がみられた。その他グリーンピース、えだまめなども季節の食材として春から夏にかけて利用が多かった。いも類ではこんにやくが多く利用されていた。この地域では以前はこんにやくは家庭で作られることが多く、行事や普段のごちそうとして利用されていた¹⁾。現在では、簡単に購入することができるため、日常の副食としてよく利用されている。調味料としてみそ

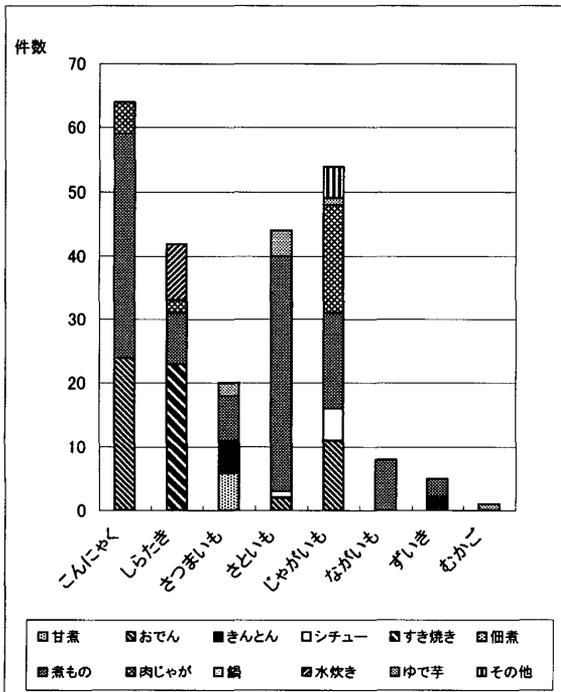


図 5 いも類の煮ものへの利用

のうち白みそは、酢みそ和えである「ぬた」に利用されていた。

行事で利用される豆類はあずきであり、赤飯や正月などにぜんざいの材料として利用されていた。またあんは、節句、祭り、彼岸などのおはぎ、団子、柏もちには欠かせないものである。しかし、行事だけではなく日常でも利用していた。いも類ではさといもやさつまいもが利用されていた。さといもは普段の煮もの、正月の煮ものなどは子芋であるが、正月の雑煮にはさといもの親いも（かしらいも）を利用していた。人の頭になるようにとの願い¹⁾をこめていれる縁起ものである。さつまいもは普段の間食に蒸しいも、焼きいも、干しいもとして利用されるだけでなく、スイートポテト、大学芋などの材料としても利用されていた。行事にはおせちの料理のきんとんにも利用されていた。

京都中部は、京都市街地であり、海から離れているため大豆から作る豆腐、油揚げ、湯葉、高野豆腐はたんぱく質源として重要な食材であった¹⁾。今回の調査でも豆腐や湯葉の利用は多く、湯葉の利用は北部では1件、南部では10件であったが、中部では70件あり、他の地域より多く利用されていた。これは、京都の伝統食品が現在にも受け継がれ、利用されていることを示している。湯葉は、生湯葉を刺身で利用するだけでなく、乾燥湯葉を吸い物、すまし

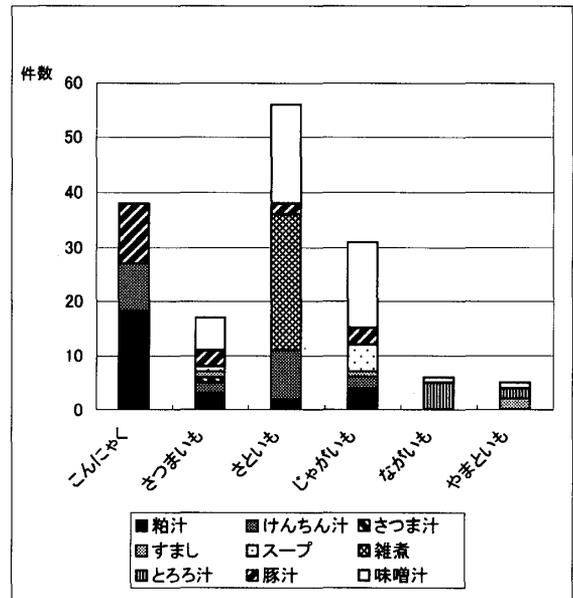


図 6 いも類の汁への利用

に利用したりと日常の食事では使われていた。その他の豆製品では、凍り豆腐はいこみ豆腐、油揚げはしのだ巻きなど手間のかかる料理もみられた。一方、豆腐を中華風や洋風のスープに利用したり、豆類を使ったポークビーンズ、豆腐を使ったグラタン、クリーム煮、ハンバーグ、湯葉を使った春巻き、凍り豆腐を使ったチーズはさみフライなど伝統的な豆製品を用いて洋風の料理へアレンジしていた。この地域は農業地域ではなかったため、以前は野菜類を近郊の農家の婦人が荷車にのせて売り歩き旬の食材を手に入れることができた¹⁾。現在では、トラックにのせて売りに来るなど時代の流れにより変化しつつ

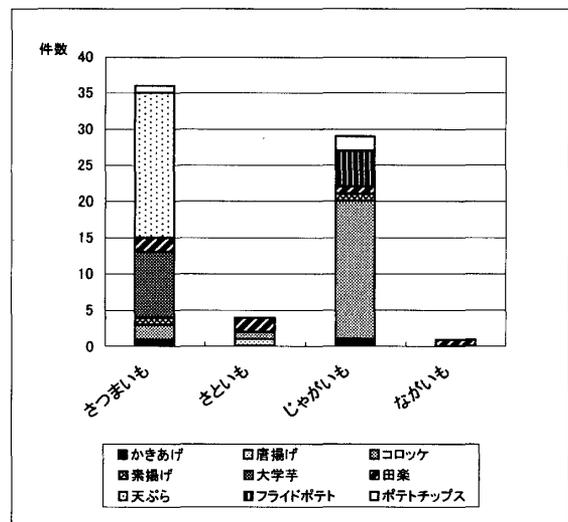


図 7 いも類の揚げものへの利用

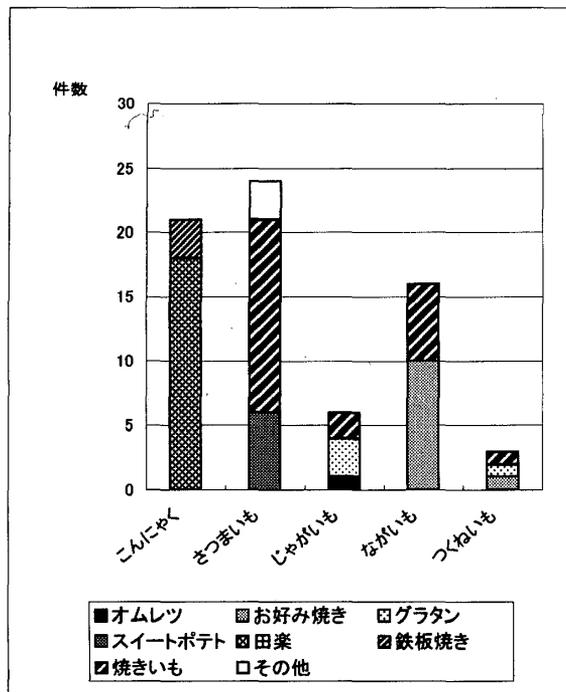


図8 いも類の焼きものへの利用

あるが、昔からの風習は今も残っている。京都の調味料として独特なものに白みそがあるが、歴史は古く現在の形になったのは室町時代といわれている⁵⁾。京都ではみそは調味料としてだけでなく、菓子類から野菜、魚の漬け床に至るまで幅広く利用されているが⁵⁾、今回の調査では、雑煮には必ず白みそを利用していた。

京都の市街地では、日常と行事の食事を区別し、季節の節目には行事食をつくるだけでなく、日常的なかでも月の朔日（ついたち）、十五日は「あずきめし」、「にしんと昆布の煮もの」、「いもぼう」などの日常のごちそうとそれ以外の忙しい時期の普段のおかずといったように単調な食生活のなかで食事に変化をつけ栄養のバランスをとるように心がけてきた¹⁾。現在の食生活の中にこのような変化をつけた食事が作られているかどうかは調査できなかった。しかし、季節の節目には行事食を作る世帯も多く、豆類では初午のいなりずし、彼岸、節句、年中行事におはぎ、団子、赤飯、正月のあずきがゆなどがみられ、いも類では月見のさといもの衣かつぎがみられた。また、南部と同様に雑煮にはさといもの親いも（かしらいも）が、利用されていた。さといもを使った「いもぼう」は行事食として正月を作る世帯もあったが、日常のごちそうとして作っている家庭もあった。「いもぼう」に用いる棒だらは、正月であればえびいも、その他の時期であればさといもと相

性のよい組み合わせであり、「出会いもん」と呼ばれて今に受け継がれている料理のひとつである¹⁾。

京都北部も南部と同様に農業地帯で、食材別にみると豆類ではだいずの利用が他の地域より多く、なかでも黒大豆、青大豆などが自家製のみそやしょうゆ、豆腐の材料として利用されていた。自家製の豆腐は生で食べたり、汁ものや煮ものに利用していた。えだまめも黒大豆が多かった。そらまめは以前からよく利用されており¹⁾、煮豆にしてお茶請けにしたり、茶がゆ、さいみそ（おかずにするなめみそ）などにも利用していた。さやを利用する豆類はさやえんどう、さやいんげんなどで白あえ、ごまあえなどに利用されている。塩味飯としてあずき、えだまめ、グリンピースなどが、季節の節目の行事や日常のごちそうとして作られていた。これは、他の地域にも共通することであるが、春から夏の旬の時期には多く作られ、季節を感じさせる食材であった。グリンピースを使った「すり焼き」¹⁾は、現在では小麦粉を使って間食として時々作られているが、子供たちは市販の菓子類を好み、昔ながらの間食を好まないことなどから作る機会は減少している。いも類では、南部と同様にこんにゃくが多く、現在でもこんにゃくを作る世帯が残っているが、みそ、しょうゆと同様に作り手が高齢者であるため製法の伝承は消えつつある。じゃがいもは煮ものが主であったが¹⁾、現在ではあらゆる料理に幅広く利用されている。ずいきはさといもの収穫までの短期間に収穫され、酢ずいきとして季節の食材となったり、法事などの行事の料理として利用されていた。

調理法別にみると、煮ものや汁ものは南部や中部に比較すると和風の料理がまだ多くみられた。

行事に利用される豆類はあずきやきな粉があり、あずきはぜんざい、あんもちにして正月や節句に、きな粉は団子にまぶして、盆や彼岸などに利用されていた。このような菓子類は日常でも作られることが多く、行事と日常の区切りは明らかではなくなっていた。

京都府の3地域におけるまめ、いもの聞き取り調査をおこなって、それぞれの地域で特色があることがわかった。京都中部では、伝統的な食材や料理を伝承しつつ、新しい料理を取り入れていく姿勢がみられた。京都南部、北部は農業地域であり、自家製の食材が多く、季節感のある食生活を送っていた。また、こんにゃく、味噌、醤油などの手作りの世帯もみられ、昔からの技術が現在に伝承されている。日常食のなかにも伝統料理がみられたが、時代とと

もにその作り方や頻度には変化がみられた。正月、彼岸、盆など季節の節目にはどの地域でも行事食が作られていた。

IV. 要 約

京都府の南部（京田辺市）、中部（京都市）、北部（久美浜町）の 3 地域の豆、いもの現在の利用状況について、聞き取り調査を行い次のような結果を得た。

1. 利用される豆類は、だいず製品が全体の 6 割を占め、次いでだいず、グリーンピース、あずき、さやいんげん、えだまめ、さやえんどう、の順であった。
2. 豆の利用における地域の特徴は、湯葉の使用は北部に比較すると南部、中部で多くみられた。だいずの使用は北部で多く、みそ、しょうゆ、豆腐を家庭で作っていた。
3. 利用されるいも類は、いも類の加工品であるこんにゃくが全体の 1/3 を占め最も多く、次いでじゃがいも、さつまいも、さといもの順であった。
4. 調理法別にみると豆類では煮物、飯・めん、汁ものの順に、いも類は煮もの、汁もの、揚げもの、焼きものの順に多かった。
5. 汁もの、焼きもの、揚げものには洋風の料理名が多くみられ、北部に比較すると中部、南部で

多くみられた。

6. 行事の特別な料理は各地域で作られていたが、日常でも食べられており日常と行事の料理の区別は明らかではなくなっている。

この研究は平成 13・14 年度日本調理科学会特別研究『調理文化の地域性と調理科学』を基礎におこなった。また、日本家政学会第 55 回大会で発表した。

最後に本調査にご協力いただきました皆様に感謝いたします。

V. 参 考 文 献

- 1) 日本の食生活全集京都編集委員会編：日本の食生活全集26聞き書京都の食事 農山魚村文化協会 (1985)
- 2) 日本調理科学会調理文化と地域性と調理科学特別研究委員会編：平成 13・14 年度調理文化の地域性と調理科学—豆・いも類利用の地域性—報告書 日本調理科学会 (2002)
- 3) 島田キミエ，山崎清子：調理と理論 同文書院 (2000)
- 4) 科学技術庁資源調査会編：五訂日本食品標準成分表 大蔵省印刷局 (2000)
- 5) 飯塚久子，滋野幸子，堀 浪子：京都の郷土料理 同文書院 (1988)